

# UV INDEKS

napoved jakosti UV sevanja, ki bo doseglo površje Zemlje

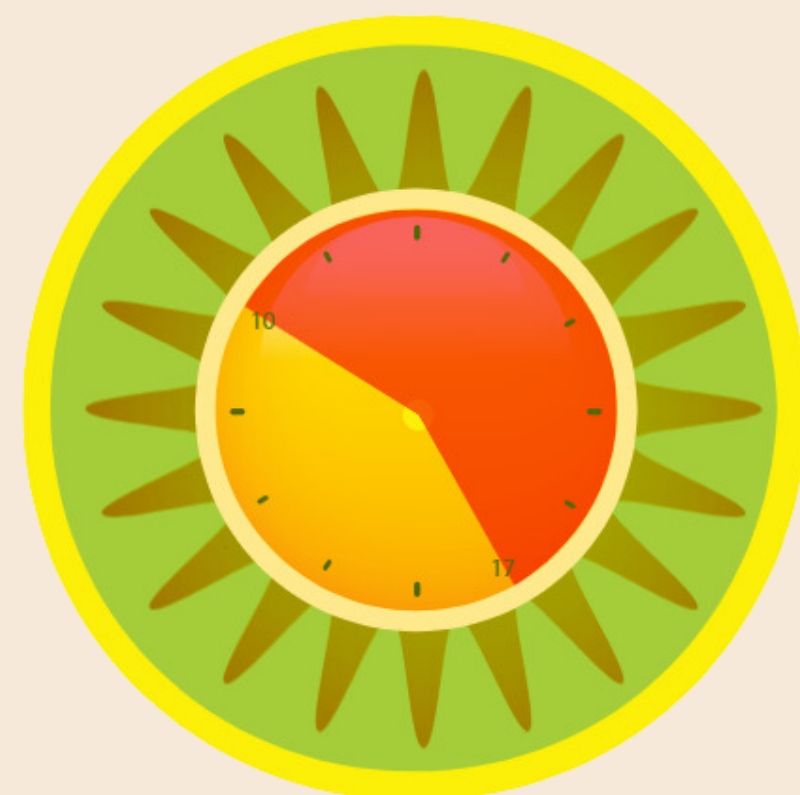
## JE MEDNARODNO SPREJETA MERA ZA MOČ UV SONČNEGA SEVANJA

Nanj vplivajo stopnja oblačnosti,  
zemljepisna lega,  
nadmorska višina, letni čas in  
debelina zaščitne ozonske plasti.

Spreminja se tudi tekom dneva.

## DNEVNI POTEK UV INDEKSA

Vrh doseže okoli  
sončnega poldneva,  
zmanjša se pozno  
popoldne in zgodaj  
zjutraj.






V Sloveniji so v nižinah od 2. dekade maja  
do 1. dekade avgusta vrednosti UV indeksa  
 $\geq 3$  od 10. ure do 17. ure.

## SPREMLJAJMO DNEVNO NAPOVED IN POTEK UV INDEKSA

Spletna  
stran  
ARSO:



## ZAŠČITMO SE STOPNJI UV SEVANJA PRIMERNO

UV INDEKS	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11 +	
STOPNJA UV SEVANJA	NIZKA		ZMERNNA			VISOKA		ZELO VISOKA		EKSTREMNA		
ZAŠČITA PRED UV SEVANJEM	<div>ZAŠČITA NI POTREBNA</div> <div>Pri dolgotrajnem izpostavljanju uporabi: sončna očala, kremo za zaščito pred soncem.</div> <div></div>		<div>ZAŠČITA JE POTREBNA</div> <div>V opoldanskih urah poišči senco. Uporabi: zaščitna oblačila, pokrivalo, sončna očala, kremo za zaščito pred soncem.</div> <div></div>					<div>ZAŠČITA JE NUJNA</div> <div>V opoldanskih urah se izogibaj bivanju na prostem! Zagotovo poišči senco! Uporabi: zaščitna oblačila, pokrivalo, sončna očala, kremo za zaščito pred soncem.</div> <div></div>				

UV INDEKS JE POKAZATELJ MOŽNOSTI POŠKODBE KOŽE IN OČI Z UV SONČNIM SEVANJEM.  
VIŠJI KOT JE, VEČJA JE MOŽNOST POŠKODBE IN MANJ ČASA JE POTREBNO ZANJO.  
POSKRIBIMO ZA USTREZNO ZAŠČITO.

Več o UV sevanju in zdravju:



Nosilci programa Varo s soncem: Nacionalni inštitut za javno zdravje,  
Združenje slovenskih dermatovenerologov in Društvo za boj proti raku Celje.